|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Les** | **Onderwerp** | **Leren** | **Maken** |
| 1 | Voeding:  Betekenis van voeding  Voedingsmiddelen en voedingsstoffen | Boek Huishouden en wonen,  H6 t/m 6.3 *Schooltas blz 56-60* | HW, H11.6, opdracht 1 *Schooltas blz 83* |
| 2 | Gezonde voeding  Voeding en leeftijd | Boek Huishouden en wonen,  H6, Par. 6.4 *Schooltas blz 60-61*  H7 *Schooltas blz 62-67* | 1- Noteer van 2 dagen precies wat je eet: ontbijt, lunch, avondeten en alle tussendoortjes. Ook drinken.  2- Voldoen jouw dagmenu's aan de schijf van vijf? Leg je antwoord uit met meerdere voorbeelden. Wil je dingen verbeteren?  3- Registreer je op de website van "mijn voedingscentrum". Vul je gegevens in.  Vul je beide dagmenu's in in de "eetmeter"(mijn dagboek). Noteer dan hoeveel van elke voedingsstof je hebt binnen gekregen en hoeveel energie. Wat is je conclusie? Eventueel kun je ook een persoonlijk doel invullen.  4- Doe de test "het nieuwe eten" op deze site. Welk advies |
| 3 | Spijsvertering:  Het spijsverteringsstelsel  Bouw en functies van de mond- en keelholte, de slokdarm en de maag  Reuk en smaak | PB1, H7 t/m 7.5 *Schooltas blz 64-67* | PB1, H9.7, opdracht 1 t/m 4 *Schooltas blz 83* |
| 4 | Spijsvertering:  Bouw en functies van de dunne darm, de alvleesklier, de lever en de galwegen  Betekenis van de spijsverterings-sappen voor de vertering van de voedingsstoffen | PB1, H7.6 t/m 7.9 *Schooltas blz 67-71* | PB1, H9.7, opdracht 5 en 6 *Schooltas blz 83* |
| 5 | Stofwisseling:  Uitscheidingsorganen  Handhaving van het evenwicht  Uitdroging en oedeem | PB1, H10.1 en 10.2 *Schooltas blz 86-87* | PB1, H14.10, opdracht 1, 2 en 3 *Schooltas blz 113* |
| 6 | Uitscheiding:  Het urinewegstelsel  De urinelozing  Samenstelling van urine | PB1,  10.3 en 10.4 *Schooltas blz 87-90* | PB1, H14.10, opdracht 4 t/m 8 *Schooltas blz 113* |
| 7 | ‘’Uitscheiding’’:  Bouw en functies van de dikke darm  Ontlasting en zindelijkheid  Samenstelling van feces | PB1, H7.10 *Schooltas blz 71-72* |  |
| 8 | Toetsvoorbereiding | De leerstof in de reader en de boeken  Evt. aanvullende leerstof van de docent  Aantekeningen  Gemaakte opdrachten  Linkjes per les in de WIKI |  |
| **Toets** | **VZ-AF2 Kennistoets** |  |  |